

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
/Голина Е.Г./



**МЕНЮ**  
22 ноября 2024 г.  
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНАЯ	180	15,20	6,5	7,4	24,1	190
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/8	7,19	2,8	6,2	18,9	142
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,54	5,2	5,7	18,7	149
<b>Итого</b>		<b>45,85</b>	<b>19,6</b>	<b>23,9</b>	<b>62</b>	<b>544</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	145	2,75	0,1		5,8	25
<b>Итого</b>		<b>2,75</b>	<b>0,1</b>		<b>5,8</b>	<b>25</b>
<b>Обед</b>						
СУП МОСКОВСКИЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	14,79	2,6	4,8	16,2	119
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	8,27	1,7	3	11,4	79
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	23,92	1,2	4,8	1,7	55
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,87			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,70	2,7	0,4	17,2	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,98	1,6	0,1	10,2	48
<b>Итого</b>		<b>51,52</b>	<b>9,8</b>	<b>13,1</b>	<b>63,5</b>	<b>411</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	124	9,73	3,6	3,1	5	66
<b>Итого</b>		<b>9,73</b>	<b>3,6</b>	<b>3,1</b>	<b>5</b>	<b>66</b>
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	2,75	0,3	2	2,7	31
ВЕНГЕРКА С ТВОРОГОМ	140	26,83	15,6	9,4	41,7	316
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,72	0,1		1,4	8
<b>Итого</b>		<b>30,30</b>	<b>16</b>	<b>11,4</b>	<b>45,8</b>	<b>355</b>
<b>Всего</b>		<b>140,15</b>	<b>49,1</b>	<b>51,5</b>	<b>182,1</b>	<b>1401</b>

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А

Утверждаю



Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голоина Е.Г.

**МЕНЮ**  
22 ноября 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНАЯ	200	16,83	7,3	8,2	26,7	211
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/8	7,31	2,8	6,2	18,9	142
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,58	5,2	5,7	18,7	149
Итого		47,64	20,4	24,7	64,6	565
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	175	2,97	0,1		5,9	25
Итого		2,97	0,1		5,9	25
<b>Обед</b>						
СУП МОСКОВСКИЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	18,42	3	6	20,3	148
КАША ГОРОХОВАЯ	154	1,64	10,7	0,8	22,2	138
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	95	27,85	1,5	5,4	2	64
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,23			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	2,13	3,4	0,4	21,5	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,71	2,7	0,2	17,9	85
Итого		53,99	21,3	12,8	91,6	569
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	133	10,43	3,8	3,3	5,3	70
Итого		10,43	3,8	3,3	5,3	70
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	3,11	0,4	2,4	2,8	35
ВЕНГЕРКА С ТВОРОГОМ	150	28,89	16,8	10,2	44,7	340
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,96	0,1	0,1	1,8	11
Итого		32,96	17,3	12,7	49,3	386
Всего		147,99	62,9	53,5	216,7	1615

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А